



# 令和8年度 4月分献立表



日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ	午後
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		午前 (3歳未満児)
1 / 15 水	チキンカレー 海藻サラダ 果物	精白米、じゃがいも、調合油、 薄力粉、有塩バター、コーンフ レーク	鶏もも肉、スキムミルク、牛乳	にんにく、たまねぎ、にんにく、 しょうが、いちごジャム、カット わかめ、りょくとうもやし、きゅ うり、果物	コーンフレークミルク  麦茶 菓子	
2 / 16 木	ごはん 魚の塩焼き ごま和え 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)	精白米、すりごま、上白糖、 コッパパン、調合油	さけ、牛乳、きな粉、米みそ	ほうれんそう、にんじん、キャ ベツ、たまねぎ	牛乳 揚げパン(きな粉)  麦茶 菓子	
3 / 17 金	ごはん 豆腐チャンプルー 春雨サラダ 味噌汁(じゃがいも ほうれん草)	精白米、かたくり粉、調合油、 はるさめ、ごま油、じゃがいも	木綿豆腐、豚もも肉、かつお 節、米みそ、ヨーグルト	しょうが、チンゲンサイ、にんじ ん、たまねぎ、きゅうり、りょく とうもやし、ほうれんそう	麦茶 ヨーグルト 菓子  麦茶 菓子	
4 / 18 土	ミートソーススパゲティ 野菜スープ 果物	スパゲティ、調合油	豚肉、パルメザンチーズ、牛乳	にんじん、たまねぎ、果物	牛乳 菓子  牛乳 菓子	
6 / 20 月	ごはん 五目卵焼き(ツナ) ひじきの煮つけ 味噌汁(玉ねぎ 小松菜)	精白米、上白糖、調合油、マカ ロニ	卵、ツナ缶、油揚げ、牛乳、き な粉、米みそ	にんじん、干しいたけ、長ね ぎ、干しひじき、たまねぎ、こま つな	牛乳 マカロニあべかわ  麦茶 菓子	
7 / 21 火	ごはん 魚の竜田揚げ 小松菜のいそ和え 豆乳味噌汁(玉ねぎ 人参 油揚げ)	精白米、かたくり粉、調合油、 有塩バター、上白糖	めかじき、油揚げ、調整豆乳、 牛乳、米みそ	しょうが、こまつな、にんじん、 りょくとうもやし、刻みのり、た まねぎ、かぼちゃ	牛乳 スイートパンブキン  麦茶 菓子	
8 / 22 水	ごはん ホワイトシチュー トマトサラダ フルーツポンチ	精白米、じゃがいも、調合油、 薄力粉、有塩バター、上白糖	鶏もも肉、スキムミルク、牛乳	たまねぎ、にんじん、トマト、 きゅうり、コーン缶、みかん缶、 パイナップル	牛乳 菓子  麦茶 菓子	
9 / 23 木	ごはん 肉野菜炒め 中華スープ(ねぎ わかめ)	精白米、調合油、ごま油、米 粉、かたくり粉、上白糖	豚肉、牛乳、調整豆乳	にんにく、たまねぎ、にんじん、 キャベツ、りょくとうもやし、青 ピーマン、長ねぎ、カットわか め	牛乳 米粉ココアケーキ  麦茶 菓子	
10 / 24 金	パン 春キャベツの重ね煮 コーンサラダ ミルクスープ (小松菜 じゃがいも 玉ねぎ)	パン、調合油、じゃがいも、か たくり粉	豚肉、牛乳、スキムミルク、プ ロセスチーズ	キャベツ、にんじん、コーン缶、 だいこん、こまつな、たまね ぎ、炊き込みわかめ	麦茶 わかめおにぎり チーズ  麦茶 菓子	
11 / 25 土	スパゲティナポリタン チーズ 野菜スープ	スパゲティ、調合油、有塩バ ター	豚肉、プロセスチーズ、牛乳	にんじん、たまねぎ、青ピーマ ン	牛乳 菓子  牛乳 菓子	
13 / 27 月	味噌けんちんうどん 和風ツナサラダ ヨーグルト	干しうどん、ごま油、調合油、 上白糖、釜焼きふ、有塩バター	油揚げ、木綿豆腐、米みそ、ツ ナ缶、ヨーグルト、牛乳	だいこん、にんじん、こまつな、 キャベツ、きゅうり	牛乳 お麩のラスク  麦茶 菓子	
14 / 28 火	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ お浸し すまし汁(大根 わかめ)	精白米、調合油、かたくり粉、 じゃがいも、調合油	木綿豆腐、鶏ひき肉、米みそ、 かつお節、牛乳	たまねぎ、こまつな、えのきた け、にんじん、カットわかめ、だ いこん	牛乳 フライドポテト  麦茶 菓子	
30 木	卵入りツナチャーハン 塩昆布和え 中華スープ (じゃがいも えのき)	精白米、調合油、じゃがいも、 ごま油、食パン、上白糖、有塩 バター	ツナ缶、卵、牛乳	にんじん、長ねぎ、キャベツ、 きゅうり、塩昆布、えのきたけ	牛乳 フレンチトースト  麦茶 菓子	
誕生 会	人参ごはん 塩からあげ ナムル 味噌汁(玉ねぎ 焼き麩)	精白米、かたくり粉、調合油、 ごま、上白糖、ごま油、釜焼き ふ	鶏もも肉、乳酸菌飲料、ブレ ンヨーグルト、米みそ	にんじん、にんにく、しょうが、 チンゲンサイ、りょくとうもや し、たまねぎ、みかん缶	乳酸菌飲料 ヨーグルトパフェ  麦茶 菓子	
				エネルギー	たんぱく質	
				3歳未満児	414kcal(463kcal) 15.6g(15.1~23.2g)	
				3歳以上児	527kcal(562kcal) 20.2g(18.7~28.7g)	

・食材の都合により、献立が変更になる場合があります。  
・納入の兼合いで冷凍食材を使用する場合があります。

※( )は目標量です。